

WEST HAM CAMPS POLAND - KLESZCZÓW

Obóz stacjonarny: 18–25 lipca 2026 | SOLPARK Kleszczów, ul. Sportowa 8, 97-410 Kleszczów

Limit miejsc: min. 60 - max. 90 | Cena: 3299 zł | 7 nocy / 8 dni

Za te pieniądze — nie za miliony — Twoje dziecko dostaje pakiet PRO / VIP: West Ham kit, angielski standard treningu, małe grupy, monitoring postępów i finałowy turniej w bandach.

Organizator: Fundacja ProBallSkills Poland 🇬🇧 - West Ham Development Partner (West Ham Foundation Poland)

Zapisy i płatność: www.proballskills.com → zakładka „Przelewy24” (P24)

Dla rodziców - o co tu naprawdę chodzi?

Rodzicu — to będzie tydzień, który Twoje dziecko zapamięta.

Połączymy angielski standard treningu (intensywność, technika meczowa i odwaga) z atmosferą obozu, w którym dzieci budują pewność siebie, przyjaźnie i radość z gry.

Uczymy tylko tego, co działa w meczu. A błędy? Cieszymy się, gdy dziecko próbuje i popełnia błędy — bo wtedy uczy się najszybciej. Powtarzalność + próby + odwaga = postęp.

ProBallSkills to środowisko trenerów i pasjonatów, które od lat buduje jakość szkolenia młodych piłkarzy w angielskim stylu: tempo, decyzja, technika użytkowa i mentalność. Naszą misją jest prosta rzecz — pomóc dziecku robić realny postęp i jednocześnie zostawić mu uśmiech i pewność siebie.

Największe korzyści dla dzieci

- 80% programu to technika użytkowa / meczowa (rzeczy do wykorzystania w prawdziwym meczu).
- Bazy treningowe: trenerzy specjalizują się w konkretnych elementach, a dzieci rotują — dużo jakości i powtórzeń.
- Selekcja treningowa poziomami: najlepsi pracują z najlepszymi, a grupy rozwojowe trenują w swoim tempie (bez frustracji).
- Scanning i gra z głową do góry: na tej bazie pracujemy z laptopem na statywie oraz kolorami na statywach.
- Postępy dzieci nagrywamy i analizujemy (kamera sportowa) — feedback jest konkretny, nie „ogólny”.
- Wieczorne spotkania z trenerami z Anglii: historie i nawyki z West Ham + pytania i odpowiedzi.

Bazy treningowe - technika użytkowa (West Ham + ProBallSkills)

Baza 1: Scanning + decyzja: gra z podniesioną głową, orientacja przed przyjęciem, ustawienie ciała. Używamy laptopa na statywie oraz kolorów na statywach, aby trenować

obserwację i szybką decyzję.

Baza 2: 1st/2nd touch: pierwszy i drugi kontakt: przyjęcie kierunkowe, przygotowanie pod podanie, zwód lub strzał.

Baza 3: Kontrola na dwie nogi: pewność na słabszej nodze, rytm pracy nóg, prowadzenie i zmiana stopy w biegu.

Baza 4: Zmiana tempa i kierunku: przyspieszenie po zwodzie, wejście w przestrzeń, praca na krótkich odcinkach meczowych.

Baza 5: Wiązanka skills 1v1: 2-3 skuteczne zwody + moment decyzji. Bez 40 sztuczek — tylko to, co daje przewagę w meczu.

Baza 6: Wiązanka dryblingu (balans ciała): balans, kontrola środka ciężkości, kombinacje prowadzenia piłki i zmiana tempa.

Baza 7: Gra pod presją + pressing: reakcja po stracie/odbiorze, doskok, asekuracja, przejście do kontry (transition).

Baza 8: Małe gry 1v1 / 2v2 / 3v3: odwaga, intensywność, decyzje jak w meczu — dużo powtórzeń i dużo prób.

Baza 9: Finalizacja: wykończenie akcji po dryblingu, szybka decyzja w polu karnym, strzał po 1-2 kontakcie.

Co jest w cenie 3299 zł?

- Specjalistyczne kamery sportowe nagrywają postępy młodych piłkarzy – obserwujemy rozwój i dajemy konkretny feedback.
- Zdjęcia na ścianie West Ham / ProBallSkills (pamiątka z obozu).
- Ostatni dzień: zapraszamy Rodziców na finałowy turniej 3v3 w dmuchanych bandach + medale, nagrody i certyfikaty West Ham oraz rozmowę z trenerami (PL/EN).
- 8 dni obozu stacjonarnego (nocleg + pełne wyżywienie).
- Minimum 5 godzin treningu dziennie + wieczorne bloki (krótkie i konkretne).
- Przekąski regeneracyjne i nawodnienie po treningach.
- Każdy uczestnik otrzyma pakiet: strój meczowy West Ham Home + koszulka treningowa z logo West Ham + kurtka przeciwdeszczowa z logo West Ham i PROBALLSKILLS.
- Dzień FREESTYLE z Adrianem Frenc (mistrz Europy) + turniej 1v1 („dziurki/siateczki” 😊 w kontrolowanych warunkach).
- Wieczór w nowoczesnej kręgielni – zabawy i rywalizacja drużynowa (fair play).
- 2 sparingi z drużynami lokalnymi (mecze kontrolne).
- Finał: turniej 3v3 w dmuchanych bandach + medale, nagrody, certyfikaty.

Lista rzeczy do zabrania

- Dokumenty: zgoda rodzica/opiekuna + informacje o alergiach/lekach (jeśli dotyczy).
- Obuwie: korki i/lub turfy + buty halowe (na wypadek zajęć pod dachem).
- Ochraniacze – obowiązkowe.

- Bidon + mały plecak na trening.
- Minimum 2 własne zestawy stroju piłkarskiego (koszulka/spodenki/getry) na zmianę.
- Dres (bluza + spodnie) oraz kurtka przeciwdeszczowa.
- Ręczniki, klapki, kosmetyki, krem z filtrem.

Każdy uczestnik otrzyma pakiet: strój meczowy West Ham Home + koszulka treningowa z logo West Ham + kurtka przeciwdeszczowa z logo West Ham i PROBALLSKILLS.

Jeśli pojawią się niepokojące sygnały, potrzeba rozmowy lub jakakolwiek sytuacja wymagająca kontaktu – oczywiście w każdym momencie dziecko otrzyma telefon i umożliwimy rozmowę z rodzicami.

Aby dzieci lepiej odpoczywały i skupiły się na obozie, telefony są przechowywane przez kadre. Codziennie, przed kolacją, w czasie wolnym każdy uczestnik otrzyma telefon na ok. 60 minut, żeby spokojnie porozmawiać z rodzicem/opiekunem.

Telefony i kontakt z rodzicami

Bezpieczeństwo i dobre samopoczucie uczestników jest dla nas absolutnym priorytetem. Dzieci są pod stałą opieką kadry (na boisku i poza nim), a treningi prowadzone są w sposób kontrolowany i dostosowany do wieku oraz poziomu umiejętności. Dbamy o nawodnienie, przerwy regeneracyjne, zasady fair play i kulturę wsparcia w grupie.

Bezpieczeństwo dzieci - priorytet

HASŁO OBOZU: Nasi trenerzy zawsze są na 200% – dlatego oczekujemy od każdego dziecka, aby było na 100%.

Na obozach West Ham ok. 70% czasu komunikujemy się z dziećmi po angielsku – to naturalny sposób, aby dzieci chłonęły język i czuły klimat prawdziwego środowiska akademii. Bez obaw: dwóch trenerów z Anglii oraz koordynator mówią także po polsku, więc wszystko jest zrozumiałe i bez stresu.

Na obozie pracuje sztab trenerów z Anglii oraz koordynator West Ham Poland ☐☐. Każdy trener pracuje w swojej specjalizacji i ma przygotowany specjalny plik treningowy wygenerowany przez West Ham Foundation London – dzięki temu program jest spójny, uporządkowany i w angielskim standardzie.

Trenerzy (najwyższa jakość z Anglii)

Nauka języka angielskiego poprzez piłkę nożną (70%)

Komendy i słownictwo są dokładnie takie, jak w angielskiej akademii — dlatego dzieci czują klimat West Ham i uczą się szybciej.

To jest realna nauka języka w praktyce — dzieci wracają z obozu nie tylko lepsze piłkarsko, ale i pewniejsze w angielskim.

Na każdym WEST HAM CAMPS POLAND uczymy się angielskiego poprzez sport – trening i zabawę z piłką.

Trenerzy są z Anglii. Bez obaw: dwóch trenerów z Anglii mówi również po polsku, a koordynator West Ham Poland □□ także wspiera komunikację PL/EN — wszystko jest zrozumiałe i bez stresu.

Dlaczego? Bo dzieci chłoną język najszybciej, kiedy jest on „żywy” i powiązany z emocją gry. To nie jest szkolna lekcja — to nauka angielskiego poprzez piłkę nożną.

Na West Ham Camps Poland ok. 70% komunikacji treningowej prowadzimy po angielsku — w naturalny, sportowy sposób: komendy, nazwy ćwiczeń, wskazówki, pochwały i feedback.

Jakość bez masowej zbieraniny - małe grupy

Dzięki temu obóz ma jakość akademii — a nie „masową zbieraninę”. Dzieci trenują, a nie czekają.

Najważniejsze !! Na każdych 10-12 młodych piłkarzy / piłkarek przypada 1 trener !! To oznacza więcej powtórzeń, mniej stania w kolejkach i realny kontakt z trenerem.

Jakość i selekcja treningowa (jak w Anglii)

Efekt? Każde dziecko dostaje warunki do realnego postępu — i wraca z obozu z większą pewnością siebie i radością z gry.

Dlatego zawodnicy bardziej zaawansowani trenują i grają z rówieśnikami na podobnym poziomie, a grupa development pracuje na swoim poziomie, krok po kroku, z większą liczbą powtórzeń i prostszymi bodźcami.

Dlaczego to działa? Bo dziecko uczy się najszybciej, gdy ćwiczenia są dopasowane do jego aktualnych możliwości: ma wyzwanie, ale nie ma frustracji. Zbyt łatwo — nie ma rozwoju. Zbyt trudno — spada pewność siebie.

Pracujemy w grupach poziomami — tak jak w Anglii. To nie jest podział na „gorszych” i „lepszych”. To podział dla łatwiejszej nauki.

Uczciwie o Londynie i „testach” - nasza obietnica

A jeśli któreś dziecko z czasem otrzyma realną szansę na kolejny krok — świetnie. Wtedy pomożemy w tym uczciwie i profesjonalnie, na każdym etapie. Bez presji. Bez obietnic na wyrost.

- zwiedzanie Londynu
- treningi w środowisku West Ham
- sparingi z grupami pre-academy i elitarnymi grupami akademickimi
- trening pod okiem specjalistów
- mecz West Ham w Premier League — obowiązkowo

Będziemy obserwować rozwój zawodników na wszystkich naszych West Ham Camps i z czasem wybierzemy najlepszych z najlepszych, aby stworzyć TOP grupę młodych piłkarzy. Dla tej grupy przygotujemy przyjacielski wyjazd do Londynu — przygodę życia:

My mówimy uczciwie: nie obiecujemy cudów, kontraktów ani szybkich testów. Możemy natomiast obiecać coś dużo ważniejszego — rzetelną naukę angielskiego stylu treningowego (intensywność, technika meczowa, decyzja, odwaga) oraz naukę języka angielskiego poprzez piłkę nożną w realnej, sportowej komunikacji.

Widzimy to często w reklamach: „przyjedź na camp, a zaraz zabierzemy Twoje dziecko do Londynu na testy”. Naprawdę???

Opcja: Obóz dochodzeniowy (bez noclegu) - pakiet PRO / VIP

Cena opcji dochodzeniowej: 2299 zł.

7 dni treningu (18-24 lipca) + finał 25 lipca.

Medal + certyfikat West Ham dla każdego uczestnika.

Dzień FREESTYLE + gość specjalny (Adrian Frenc) i turniej 1v1.

Udział w sparingach oraz w wielkim finale: turniej 3v3 w dmuchanych bandach.

W cenie: strój meczowy West Ham Home + ekstra koszulka treningowa z logo West Ham.

W programie: ok. 6 godzin treningu dziennie (bazy West Ham + gry zadaniowe) + obiad + posiłek regeneracyjny.

Codziennie dowozisz dziecko na 09:00 i odbierasz o 17:00.

Zapisy - krok po kroku

Wejdź na www.proballskills.com

Wybierz: WEST HAM CAMPS POLAND - KLESZCZÓW (18-25 lipca 2026)

Dodaj do koszyka i opłać przez zakładkę „Przelewy24” (P24)

Otrzymasz potwierdzenie płatności na e-mail

Atrakcje SOLPARK Kleszczów - każdego dnia

- atrakcje i przestrzenie rekreacyjne obiektu (w zależności od dostępności i harmonogramu ośrodka)
- sale bilardowe i strefy gier - czas wolny pod opieką kadry
- basen - 1 godzina dziennie (regeneracja, zabawa i aktywny odpoczynek)

Codziennie zapewniamy dostęp do infrastruktury kompleksu sportowo-wypoczynkowego SOLPARK:

Plan obozu - dzień po dniu (od śniadania do ciszy nocnej)

Dzień 1 - 18 lipca (przyjazd i start)

Godzina	Plan
14:00-16:30	Przyjazd, meldunek, zakwaterowanie
16:30-17:00	Spotkanie organizacyjne + zasady obozu
17:00-17:20	Przekąska regeneracyjna
17:30-19:00	Trening otwierający: standard West Ham, tempo pracy, podział na grupy poziomem
19:15-19:45	Kolacja

20:15-21:15	Integracja + cele obozu (trener 200% - zawodnik 100%)
22:00	Cisza nocna
20:00-21:00	Basen (1 godz.) + strefa regeneracji; równolegle dostęp do sal bilardowych/stref gier (rotacy

Dzień 2 - 19 lipca (technika meczowa + scanning)

Godzina	Plan
07:30	Pobudka
08:00-08:30	Śniadanie
09:00-09:15	Briefing dnia + cele (PL/EN)
09:15-11:15	Trening I: bazy techniki użytkowej (rotacje)
11:15-11:30	Woda + regeneracja
11:30-12:45	Trening II: bazy / małe gry / gry zadaniowe
13:00-13:30	Obiad
14:00-15:15	Regeneracja / cisza poobiednia / krótka analiza
15:30-17:15	Trening III: zastosowanie meczowe (1v1/2v2/pressing/finalizacja)
17:15-17:35	Przekąska regeneracyjna + nawodnienie
17:45-19:00	Trening IV: gry kontrolne / turniej dnia / wyzwania West Ham
19:15-19:45	Kolacja
20:15-21:15	Program wieczorny (West Ham stories / integracja / konkursy)
21:30	Toaleta wieczorna
22:00	Cisza nocna
20:00-21:00	Basen (1 godz.) + strefa regeneracji; równolegle dostęp do sal bilardowych/stref gier (rotacy

Dzień 3 - 20 lipca (gra pod presją + pressing + sparing)

Godzina	Plan
07:30	Pobudka
08:00-08:30	Śniadanie
09:00-09:15	Briefing dnia + cele (PL/EN)
09:15-11:15	Trening I: bazy techniki użytkowej (rotacje)
11:15-11:30	Woda + regeneracja
11:30-12:45	Trening II: bazy / małe gry / gry zadaniowe
13:00-13:30	Obiad
14:00-15:15	Regeneracja / cisza poobiednia / krótka analiza
15:30-17:15	Trening III: zastosowanie meczowe (1v1/2v2/pressing/finalizacja)
17:15-17:35	Przekąska regeneracyjna + nawodnienie
17:45-19:00	Trening IV: gry kontrolne / turniej dnia / wyzwania West Ham

18:00-19:00	Sparing #1 z drużyną lokalną (mecz kontrolny: tempo, decyzja, fair play)
19:15-19:45	Kolacja
20:15-21:15	Program wieczorny (West Ham stories / integracja / konkursy)
21:30	Toaleta wieczorna
22:00	Cisza nocna
20:00-21:00	Basen (1 godz.) + strefa regeneracji; równoległe dostęp do sal bilardowych/stref gier (rotacy

Dzień 4 - 21 lipca (FREESTYLE Day - Adrian Frenc + 1v1)

Godzina	Plan
07:30	Pobudka
08:00-08:30	Śniadanie
09:00-09:15	Briefing dnia + zasady freestyle (bezpieczeństwo, progresja)
09:15-10:45	Freestyle: pokaz + nauka (Adrian Frenc) - kontrola piłki, koordynacja, „szybka noga”
11:00-12:15	Freestyle w praktyce: wyzwania, kombinacje, praca na dwie nogi
12:15-12:30	Woda + regeneracja
12:30-13:30	Trening meczowy: skills → decyzja → drybling (przełożenie na boisko)
13:30-14:00	Obiad
14:30-15:15	Regeneracja / cisza poobiednia
15:30-17:15	Trening III: 1v1/2v2 - wykorzystanie wiązanki skills
17:15-17:35	Przekąska regeneracyjna + nawodnienie
17:45-19:00	Turniej 1v1: wykorzystujemy naukę zakładania „dziurek/siateczek” 😊 (kontrolowane warunki)
19:15-19:45	Kolacja
20:15-21:15	West Ham stories + Q&A
22:00	Cisza nocna
20:00-21:00	Basen (1 godz.) + strefa regeneracji; równoległe dostęp do sal bilardowych/stref gier (rotacy

Dzień 5 - 22 lipca (wiązanki skills + kręgielnia)

Godzina	Plan
07:30	Pobudka
08:00-08:30	Śniadanie
09:00-09:15	Briefing dnia + cele (PL/EN)
09:15-11:15	Trening I: bazy techniki użytkowej (rotacje)
11:15-11:30	Woda + regeneracja
11:30-12:45	Trening II: bazy / małe gry / gry zadaniowe
13:00-13:30	Obiad
14:00-15:15	Regeneracja / cisza poobiednia / krótka analiza

15:30-17:15	Trening III: zastosowanie meczowe (1v1/2v2/pressing/finalizacja)
17:15-17:35	Przekąska regeneracyjna + nawodnienie
17:45-19:00	Trening IV: gry kontrolne / turniej dnia / wyzwania West Ham
19:15-19:45	Kolacja
20:15-21:15	Wyjazd na kręgielnię: rywalizacja drużynowa + zabawy i konkursy (fair play)
21:30	Toaleta wieczorna
22:30	Cisza nocna (wyjątkowo później po kręgielni)
20:00-21:00	Basen (1 godz.) + strefa regeneracji; równolegle dostęp do sal bilardowych/stref gier (rotacy

Dzień 6 - 23 lipca (finalizacja + sparing)

Godzina	Plan
07:30	Pobudka
08:00-08:30	Śniadanie
09:00-09:15	Briefing dnia + cele (PL/EN)
09:15-11:15	Trening I: bazy techniki użytkowej (rotacje)
11:15-11:30	Woda + regeneracja
11:30-12:45	Trening II: bazy / małe gry / gry zadaniowe
13:00-13:30	Obiad
14:00-15:15	Regeneracja / cisza poobiednia / krótka analiza
15:30-17:15	Trening III: zastosowanie meczowe (1v1/2v2/pressing/finalizacja)
17:15-17:35	Przekąska regeneracyjna + nawodnienie
17:45-19:00	Trening IV: gry kontrolne / turniej dnia / wyzwania West Ham
18:00-19:00	Sparing #2 z drużyną lokalną (mecz kontrolny: intensywność, pressing, organizacja gry)
19:15-19:45	Kolacja
20:15-21:15	Program wieczorny (West Ham stories / integracja / konkursy)
21:30	Toaleta wieczorna
22:00	Cisza nocna
20:00-21:00	Basen (1 godz.) + strefa regeneracji; równolegle dostęp do sal bilardowych/stref gier (rotacy

Dzień 7 - 24 lipca (przygotowanie do band 3v3)

Godzina	Plan
07:30	Pobudka
08:00-08:30	Śniadanie
09:00-09:15	Briefing dnia + cele (PL/EN)
09:15-11:15	Trening I: bazy techniki użytkowej (rotacje)
11:15-11:30	Woda + regeneracja

11:30-12:45	Trening II: bazy / małe gry / gry zadaniowe
13:00-13:30	Obiad
14:00-15:15	Regeneracja / cisza poobiednia / krótka analiza
15:30-17:15	Trening III: zastosowanie meczowe (1v1/2v2/pressing/finalizacja)
17:15-17:35	Przekąska regeneracyjna + nawodnienie
17:45-19:00	Trening IV: gry kontrolne / turniej dnia / wyzwania West Ham
19:15-19:45	Kolacja
20:15-21:15	Czas wolny / regeneracja + strefa gier (bilard) pod opieką kadry
21:30	Toaleta wieczorna
22:00	Cisza nocna
20:00-21:00	Basen (1 godz.) + strefa regeneracji; równoległe dostęp do sal bilardowych/stref gier (rotacy

Dzień 8 - 25 lipca (finał: turniej 3v3 w dmuchanych bandach)

Godzina	Plan
07:30	Pobudka
08:00-08:30	Śniadanie
09:00-09:30	Otwarcie turnieju + zasady 3v3
09:30-12:30	Turniej 3v3 w dmuchanych bandach (grupy + faza pucharowa)
12:30-13:00	Finał konkursu „Najlepszy Drybler”
13:00-13:30	Obiad
14:00-15:00	Finały + supermecz „All Stars”
15:00-15:30	Ceremonia: medale, nagrody, certyfikaty, zdjęcia
16:00	Zakończenie obozu + wyjazdy
20:00-21:00	Basen (1 godz.) + strefa regeneracji; równoległe dostęp do sal bilardowych/stref gier (rotacy
10:00-15:30	Dzień otwarty dla Rodziców: finałowy turniej 3v3 w dmuchanych bandach, medale, nagrody i